

Rezept

Couscous-Salat mit Quetschtomaten

Ein Rezept von Couscous-Salat mit Quetschtomaten, am 19.04.2024

Zutaten

3 EL Zitronensaft	4 EL Olivenöl
1 TL Tomatenmark	Salz
gemahlener schwarzer Pfeffer	120 g Couscous
200 g Kirschtomaten (am besten bunte)	1 rote Zwiebel
1 Bund Petersilie	2 Stängel Minze

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal

Zubereitung

1. Den Zitronensaft mit dem Olivenöl, dem Tomatenmark, 1 TL Salz, Pfeffer und 4 EL Wasser verrühren. Den ungegarten Couscous mit dem Dressing vermengen, in den Kühlschrank stellen und mindestens 10 Std. ziehen lassen.
2. Wenige Stunden vor dem Servieren die Tomaten waschen, halbieren und mit den Händen kurz über der Couscous-Schüssel anquetschen, bevor sie hineingegeben werden. Das macht den Salat fruchtiger. Die Zwiebel schälen, in feine Würfel schneiden und unter den Salat mischen.
3. Kurz vor dem Servieren die Kräuter waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen, fein hacken und unterheben. Den Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken.